



**HERKEN
JIJ ZE?
MEDE
MOGELIJK
MAKERS**

YO!

Ongeveer 1 op de 4 jongeren onder de 24 jaar groeit op in een gezin met zorg voor een ouder, broer of zus.

Jonge mantelzorgers bieden thuis hulp en ondersteunen lastige situaties. Zorg voor ouders/verzorgers die ziek zijn of broertjes/zusjes die extra aandacht nodig hebben. Zij maken veel mogelijk en zorgen 'voor het avondeten' en 'dat Fleur om half 7 op bed ligt' én 'er geen stinkende was is'. Team Mantelzorg en Jongerenwerk hebben aandacht voor hén. En ook jij kunt helpen.

Waarom kun je (jonge) mantelzorgers herkennen?

- Zorgen voor een familielid met ziekte, handicap, verslaving of mentale problemen
- Persoonlijke impact door de zorgtaken op school, hobby's of vrije tijd
- Veranderingen in gedrag, zoals teruggetrokkenheid
- Fungeren als tolk bij bezoeken aan huisarts of school
- Verdoezelen thuiszaken uit schaamte of angst
- Beperkte sociale interactie of overslaan vanwege zorgverplichtingen
- Emotionele belasting zoals stress, paniekaanvallen of uitputting
- Verminderde schoolprestaties, slechtere cijfers of spijbelen
- Geheimhouding van thuissituaties, zelfs voor vrienden of leraren
- Op zich nemen van meer huishoudelijke taken

Vraag eens hoe het met hén gaat

Ze verdienen je aandacht, een luisterend oor, schouderklop of stuur ze eens een kaartje.

Team mantelzorg en Jongerenwerk

Wij zijn er ook voor hén die zorg missen of zelf steun nodig hebben
surplus.nl/mantelzorg, jongerenwerksurplus.nl

